



A tartalomból:

Programok	1.
Tisztelt Fertőrákosi lakosok!	2.
Anyakönyvi hírek	2.
Nemzetközi kapcsolatok	3.
Mi újság az iskolában?	3-4.
Az óvoda tavaszi programjai	5.
Példamutató önkéntesek	5.
Információk a lomtalanításról	6.
Akikre felnézhetünk	6.
Nyári élmények a Fertő-tavon	7.
Tanácsok kánikula idejére	7-8.
Balesetmegelőzés	9.
Steinheim „Albuch Bote” című újságjából átvett cikk:	10.
Receptsarok	11.
Keresztrejtvény	12.



Programok

2013. június 29. szombat 18 óra A Püspöki Kastélyban a **Rákosi Fúvósok 4. kastélykoncertjére** kerül sor. (Rossz idő esetén a Püspöki Kastély pincéjében.)

2013. július 13. szombat **3. Tűzoltónap** a focipálya mellett

2013. július 21. vasárnap 19 óra A Püspöki Kastélyban testvértelepülésünk, **Csikkarcfalva fúvószeneke** és a **Rákosi Fúvósok közös koncertjére** kerül sor.

Nyári színház a Püspöki Kastély udvarán

Részletes programok:



SZAMÁRTESTAMENTUM

Mulattató játék középkori francia bohózatokból

**Fertőrákos,
Püspöki Kastély udvara**

2013. július 26–27. 20.30 óra
(esőnap: július 28.)

Írta: Ács Tamás
Horváth László
Molnár Anikó
Papp Attila
Czár László
Szilágyi Brigitta

Zene: Borzár Judit
Hüvösvölgyi Péter

Rendezte: Pataki András

Szamártestamentum
– zenés bohózat

2013. július 26–27.
péntek–szombat 20. 30 óra
(esőnap július 28. vasárnap)

PIAF KÉT ARCA

Sanzonok és pillanatok Edith Piaf életéből
(zenés játék)

**Fertőrákos,
Püspöki Kastély udvara**

2013. augusztus 2–3. 20.30 óra
(esőnap: augusztus 4.)

Írta: Bacsó Tünde
Kovács Judit
Boros István
Hüvösvölgyi Péter
Kovács István, Kóssuth Kriszta



Sanzonok: Le bleu blanc et le rouge, La vie en rose, Seul le ciel de Paris, Pédale, pardon, No, je ne regrette rien, Meurtre, L'innocent, Tu ne pourras pas me faire, Mea culpa, Johnny...

Piaf két arca – zenés játék

2013. augusztus 2–3.
péntek–szombat 20.30 óra
(esőnap augusztus 4. vasárnap)

Tisztelt Fertőrákosi lakosok!

Ezúton szeretném Önöket tájékoztatni az önkormányzat által finanszírozott, folyamatban lévő és a jövőben tervezett beruházások menetéről, valamint a Mithrasz szentély megnyitásáról.

Folyamatban lévő beruházások:

1. Fő utca a Templomtól a Hegy utcáig tartó szakaszán, a páratlan oldalon aszfaltszélesítési, padkarendezési munkálatok, valamint parkolók és autóbuszöböl kialakítása van folyamatban.
2. Fertőrákos különböző belterületi útjainak javítása, mely a nyári időszakban elkészül:
Fertő utcában kb. 90 méter hosszan aszfaltozás,
Rét utcában a nem szilárd útburkolatú útfelület javítása,
Kőbánya sori útbeszakadás javítása,
Felsőszikla sori vízvezetés folyókák telepítésével,
Patak soron közúti ún. szalagkorlát telepítése a balesetveszély megakadályozása miatt,
Több helyen új közlekedési és információs táblák kihelyezése.
3. Buszforduló engedélyezési eljárása folyamatban van a Gy-M-S Megyei Kormányhivatal Közlekedési Felügyelőségénél, mely jelenleg szakhatósági szakaszban van. Reményeink szerint a nyár folyamán megkapjuk az építési engedélyt, melynek jogerőre emelkedése után kiírhatjuk annak közbeszerzését és indulhat a kivitelezés.
4. A település két forgalmas pontján új, modern megjelenésű információs tábla kerül kihelyezésre. A település nevezetességeiről új tájékoztató táblák készülnek, amelyek rendelkeznek ún. QR kódokkal is. Az Önkormányzat a vállalkozást üzemeltetők részére QR kódos megjelenést biztosít.
5. Hegy utca megrongálódott lépcső kijavítása és a vízvezetési problémák orvoslása.
6. A felső tagozatos iskola területén 2013. július 31-ig új, EU-s szabványoknak megfelelő játszótér készül.
7. A Temető kerítésének kijavítása, valamint új szeméttároló építése.
8. Bár nem az önkormányzat bonyolításában zajlik, tájékoztatom a lakosságot, hogy a Kőfejtőben a belső bontási munkálatok elkezdődtek, az ott lévő faházak árverése megtörtént.

Jövőben tervezett beruházások:

Patak sor teljes hosszában (a Patak sor 1–16 közötti szakasz kivételével) a tervezési munkálatok megkezdődtek a járda, vízvezetés és az úttest felújítására.

A Polgármesteri Hivatal melletti kerékpáros pihenő kialakítására 5 millió forint értékben pályázatot nyújtottunk be a helyi Leader Egyesülethez.

Tájékoztató:

Tájékoztatom továbbá a T. Lakosságot, hogy a Mithrasz Szentély 2013. június 21. napjától ingyenesen látogatható az alábbi időpontokban:

- 2013. június 14. napjától 2013. augusztus 31. napjáig tartó időszakban
kedd–vasárnap: 10–18 óra között
- 2013. szeptember 1-től 2013. október 15-ig tartó időszakban
péntek: 14–17 óra között; szombat–vasárnap 10–18 óra között

dr. Nagy Attila sk. jegyző

Anyakönyvi hírek

Anyakönyv 2012. december 31-ig

► születtek:

Szabó Bendegúz
Ferenczy Fiorella
Kovács Annabell
Markovits Dávid
Pölcz Panna
Fuchs Bianka
Kerekes Rozi
Ácsbold Lili
Kaloyirou Nikolas
Kardos Milán
Zollner Nóra
Szőke Boglárka

► házasságot kötöttek:

Vincze Gábor Miklós
és Kocsis Anita
Horváth László Krisztián
és Fodor Eszter
Holló–Vaskó Péter
és Mészáros Márta
Varga Endre
és Balogh Szilvia
Horváth György
és Ácsbold Brigitta
Kiss János Gyula
és Pataki Gabriella

► elhunytak:

Speier Ferencné (Balogh Erzsébet)
Boros Jenőné (Elek Róza)
Tóth Vilmosné (Fábián Terézia)
Horváth Dezső
Horváth István
Jakab Lajos
Lipták János
Fenyvesi Ferencné (Lipták Olga)
Ungi Sándorné (Márkus Mária)
Pfeiffer Zoltán
Hollósi Józsefné (Polgár Elvira)
Sándor Imre
Horváth Józsefné (Sztójka Katalin)
Vitéz László
Herczeg Ferencné (Wolf Anna)



Önkormányzat

Kérnénk a lakosságot az Ügyfélfogadási rend betartására. Ezzel is segítve munkánkat.



Ügyfélfogadási rend:

hétfő: 13–17 óráig
kedd: de. 9–11 óráig
du. 13–16 óráig

csütörtök: 9–12 óráig

A többi napon nincs ügyfélfogadás.





Nemzetközi kapcsolatok

Großengottern

Április 25–28-ig német testvértelepülésünkről Großengotternből látogatott hozzánk egy 7 fős delegáció Thomas Karnofka polgármester úr vezetésével.

Az itt töltött néhány napot sok programmal töltöttük meg, az időjárás is kegyes volt hozzánk:

- meglátogatták az óvodát és az iskolát, ahová ajándékot is hoztak – egy projektort
- megnéztük Fertőrákos nevezetességeit, hajókáztak és fürödtek a Fertő tavon
- Sopron belvárosában is tettünk sétát, megnézték a Fertői Kastélyt

A képviselő testület tagjaival baráti hangulatú beszélgetéseket folytattak, megismerkedtek Fertőrákos finom ételeivel és boraival is. Számtalan fényképen örökítették meg a nálunk töltött napokat. Polgármester úr a fényképek mellé így írt köszönetet:

„Ich möchte nochmals im Namen aller für die toll organisierten Tage ganz, ganz herzlich DANKE sagen. Die schöne und unvergessliche Zeit bei euch in Fertőrákos hat uns wieder daran erinnert, wie tief verwurzelt die Freundschaft zwischen unseren beiden Gemeinden und ihren Bürgern ist.“



Steinheim

Május 8–10-ig 6 tagú küldöttség utazott Fertőrákosról Steinheimbe, az ottani búcsú rendezvényére. A küldöttséget Kovács Pál és Wild Róbert képviselő urak vezették. Tárgyaltak Olaf Bernauer polgármester úrral és a helyi képviselőcsoportok vezetőivel a testvérkapcsolat felvételének lehetőségéről is. A helyi újság beszámolt a rendezvényről. A cikk olvasható a Hírmondóban is.



Csikkarcfalva

Július 17–22-ig karcfalvi barátaink látogatnak hozzánk. A delegációt Gábor Tibor polgármester úr vezeti. 9 felnőtt és a 45 tagú fúvószenekar érkezik hozzánk.

Július 21-én vasárnap este 19 órakor a két zenekar – a karcfalvi és a fertőrákosi – közös koncertet ad a Püspöki Kastély udvarán. A rendezvényre mindenkit szeretettel várunk.



Baltigh Márta polgármester

Mi újság az iskolában?

A tavasz idén is sokat váratott magára, de végül csak megérkezett. A gyakran szélös időjárás szinte már csodával határos módon kedvezett a szabadban megrendezett programjainknak.

A Föld napján ezúttal a 8. osztály és osztályfőnökük, Palkovits Tamásné Maja néni szervezték meg a játékos akadályversenyt. A diákok bejárták a környéket, és sok-sok feladat és érdekes próbatétel után tértek vissza az iskolába. Ezen a délelőttön előtérbe került a Föld természeti értékeinek megóvása és a környezetvédelem. Legügyesebbnek a 6. osztály csapata bizonyult.

Az előző évekhez hasonlóan április végén sor került a Rákos-kupa focibajnokságra. Csatatunk Balázs Gabriella testnevelő tanár irányításával lázasan készült az eseményre. A sikeres szereplés nem is maradt el, a résztvevő 7 csapat közül büntetőrúgásokkal sikerült az előkelő harmadik helyet megszerezni. A kupát végül a lövői csapat vitte el, maga mögé utasítva Harka, Kópháza és Sopronkövesd iskoláit.

Májusban került sor Fertőszéplakon a Lieder pályázat záróünnepségére. A kistérségi iskolák a pályázat során lakóhelyük hagyományaira, értékeire építve egy foglalkoztató munkatankönyv megírására vállalkoztak. Havasiné Szalai Mónika és Schmidel Bernadett „Kő, nád és bor” címmel a fertőrákosi hagyományokat dolgozták fel. Bemutató standjukon a régi szőlőművelő eszközök bemutatása mellett a jellegzetes babsterc kóstolására is lehetőséget kaptak az érdeklődők. Az ünnepségen Hoffman Rózsa államtitkár asszony, a kistérségek polgármesterei, köztük Baltigh Márta fertőrákosi polgármester asszony is részt vettek.





Ha május, akkor kiállítás. A művészeti képzés diákjainak munkáiból ezúttal két helyszínen nyílt kiállítás. Bemutakozó jelleggel május 7-től június 8-ig a Gárdonyi iskola kiállítótermében tekinthették meg az érdeklődők a különböző technikával (papírmassé, akvarell, tűzzománc, linómetszés) készült munkákat. A Soproni Széchenyi István Városi Könyvtárban pedig már kilencedik alkalommal szerepeltek a fertőrákosi iskolások felkészítő tanárai, Palkovits Tamásné és Schmidel Bernadett irányításával.

Az erdei iskola programja ezúttal is a 7. osztályosoknak kínált felejthetetlen élményeket, akik május 27-től 28-ig három napot a környező erdőkben, a Fertő Hanság Nemzeti Park területén töltöttek, és ismerkedtek a páratlan növény- és állatvilággal, amely a környéket egyedülállóvá teszi.

A tanév utolsó tanítási napján került sor a sok éves hagyományokkal bíró sportnap megrendezésére, Balázs Gabriella és Szovátiné Rózsa Csilla tanárnők szervezésében. A diákok csapatokat alkottak, volt kötélhúzás, lajhármászás, hordógurítás, zsákban futás, foci óriás labdával, kúszás, mászás. A legjobbaknak a nagy melegben jégkrém volt a hűsítő jutalom.

Versengésben az utolsó hetekben sem volt hiány.

Eredményeink:

- Nemzetközi Gyermekkönyvnap rajzpályázaton 1. helyezést ért el:
Kelemen Máté 3. o., Horváth Hanna 3. o., Sörös Csongor 4. o., Baráth Lia 4. o. tanuló
- Madarak és Fák napja rajzpályázat 1. helyezést kapott Joó Júlia 5. o.
- Hulladékgyűjtés rajzpályázat: Bognár Dorina 2. o. 1. helyezés
Szabó Petra 3. o. 2. helyezés
Pákozdi Krisztián 5. o. 2. helyezés
Mészáros Anna 8. o. 8. helyezés
Felkészítők: Palkovits Tamásné, és Schmidel Bernadett
- Bendegúz országos döntőbe jutott: Szőke Fanni 6. o. matematika (országos 21. hely)
Joó Júlia 5. o. természetismeret (országos 12. hely)
Felkészítő: Palkovits Tamásné, Prajczerné Ács Marianna
- Sajátos nevelésű tanulók szavalóversenye a Lackner Általános Iskolában:
Morna Kornél 4. o. 1. helyezés
Felkészítő: Szovátiné Rózsa Csilla
- Jonatán vetélkedő Fertőszéplak:
7. o. csapata 1. helyezés
Csapat tagok: Ámon Alexandra, Kerekes Gréta, Őr Vivien, Prajczner Nikoletta,
Gömöri Klaudia, Rosenacker Anton
Felkészítő tanár: Némethné Kárpáti Beáta
5. o. csapata 2. helyezés
Csapat tagok: Joó Júlia, Molnár Fanni, Rosenacker Claudia, Bujdosó Patrícia,
Molnár Bence, Pákozdi Krisztián, Horváth Szabaszián
Felkészítő tanár: Orbánné Kalmár Judit
- Fűrge lábak sportverseny Kópházán 4. helyezés
Csapat tagok: Farkas Krisztina, Lólé Tamás, Zollner Kiara, Lehota Kristóf,
Kelemen Máté, Takács Dorina, Baráth Lia, Lukács Levente
Felkészítő: Szovátiné Rózsa Csilla

Gratulálunk a diákoknak és felkészítő tanáraiknak!

Bár a tanítás véget ért, a vakáció első napjaiban Orbánné Kalmár Judit tanárnő olvasótáborba hívja a gyerekeket, ahol Csajkovszkij: Hattyúk tava című balettjével ismerkednek meg az érdeklődők. Készítenek díszleteket, jelmezeket, megismerkednek a történettel sőt, színdarabot is láthatunk a résztvevők előadásában a tanévzárón.

Szép nyarat, jó vakációt kíván az iskola tantestülete!





Az óvoda tavaszi programjai

Az idén is – mint minden évben februárban –, „nagy hangoskodással” elkergettük a telet, farsangoltunk. A gyermekek színes, vidám jelmezekbe öltöztek, és sokat táncoltak. A tavasz azonban csak sokára köszöntött be.

Májusban megköszöntöttük az Édesanyákat. Mind három csoport lelkesen készült és ajándékot is készített az anyukáknak.

Idén a nagycsoportosok a fertőrákosi búcsúban is szerepeltek. Nagy sikerrel adták elő a „Pünkösdlő” című összeállítást, amit Bunyeváczné Horváth Ágnes, Rákosiné Balla Márta, és Óriné Boros Katalin tanított be a gyermekeknek.

Gyermeknap alkalmából az ovisok hajókiránduláson vettek részt, és az óvoda udvarán ugrálóvárban játszhattak.

Az évet egy közös évszázó tavaszi zsongással zártuk. Itt elbúcsúztattuk a nagycsoportosokat, a német ovisok kis műsort adtak, és kezdődött a zsongás. A gyerekek játszhattak, és alig tudták kivárni a tombolasorsolást, ahol mindenki játékot nyert. Közben fogyaszthaták a szülők által hozott süteményeket és italokat. Itt szeretnénk megköszönni minden óvodás szülőnek a sok finom süteményt és az aktív részvételt.

Az óvoda dolgozói nevében mindenkinek kellemes nyarat kívánunk!

Heizer Csabáné



Példamutató önkéntesek

2013. február 3-án e-mailt kaptam Albert Kingától:

„Vasárnap délután kutyát sétáltattunk és a virágosmajori csatorna elején rengeteg szemetet találtunk. Hazamentünk, átöltöztünk és 1,5 óra alatt az anyukámmal ketten 17 sárga zsákot töltöttünk meg főleg sörös dobozokkal, műanyag flakonokkal és kukoricás konzervdobozokkal. Nyilvánvaló, hogy a horgászok hagyják maguk mögött a szemetet (kb. 1 km-es szakaszon).”

A mellékelt képeken látható a szemétszedés előtti állapot, valamint a 17 sárga zsák. A zsákok elszállításáról a Fertő-Hanság Nemzeti Park gondoskodott.

Kingáék üres zsákokat is hagytak a szemétkupacok helyén. Reméljük értették a célzást a horgászok, és tanulnak belőle.

Kingának és Piroskának nagyon köszönjük, hogy ismét – mint már annyiszor – sokat tettek szűkebb környezetünk megóvásáért!

A falu lakói nevében **Baltigh Márta polgármester**



Információk a lomtalanításról

Megkeresésünkre az STKH igazgatója Kosztka László úr a következő tájékoztatást adta: A lomtalanítás mikéntjéről és időpontjáról a Soproni Tértársulási Hulladékgazdálkodási Önkormányzati Társulás területén a Társulási Tanács következő ülése dönt várhatóan június hónapban.

A hulladék törvény a házhoz menő lomtalanítást írja elő, nem engedélyezi a közterületre történő kihelyezést.

Lomtalanítás során gyűjthető hulladékok:

- Nagy méretű, kuka edény méretét meghaladó nem veszélyes háztartási hulladékok, bútorok, csomagoló eszközök.

Lomtalanítással nem gyűjthető hulladékok:

- Veszélyes hulladékok, (akkumulátorok, festék, vegyszer, gyógyszer maradványok)
- Építési, bontási hulladékok, törmelék, föld, nyílászárók
- Hasznosítható, szelektíven gyűjtött hulladékok, (üveg, papír, műanyag, fém)
- Elektronikai hulladékok (TV, rádió, számítástechnikai eszközök)
- Kommunális hulladékok (kukaedénybe elhelyezhetők)
- Komposztálható hulladékok (zöld hulladék, faág, fanyesedék)

Akikre felnézhetünk



Vannak olyan példaképek, akiket nem homályosít el az idő távlata. Kettőt szeretnék kiemelni. Közös bennünk, hogy alázatos emberek tudtak maradni akkor is, amikor az egyház, illetve hazánk vezetését látták el.

Szent Péter apostol Betszaidában született, halász volt. Eredeti neve Simon volt. Kafarnaumban nősült meg. András bátyja révén ismerkedett meg Jézussal. Tőle kapta a Kéfás = Kőszikla nevet, melynek görög változata a Péter. A legbelsőbb tanítványi körhöz tartozott Jakabbal és Jánossal. Szalmaláng természete lassan változott meg. A legtöbbször ő beszélt az apostolok közül. Jézus őt bízta meg a közösség vezetésével. Pünkösdkor ő beszélt a tömeghez. A különböző

nyelvű zarándokok megértették tanítását. Ő fogadta be az egyházba az első pogányt Kornéliusz századosot háza népével együtt. Kész volt beismerni bűneit. Végiglátogatta Palesztina keresztény közösségeit. A keresztényüldözés során többször volt börtönben. Utolsó állomáshelye a birodalom fővárosa. A Néró féle keresztényüldözés során fejjel lefelé feszítették meg. Június 29-én ünnepeljük.

Szent László király Lengyelországban született 1046-ban. Atyja I. Béla magyar király volt, anyja Richéza, II. Micisláv lengyel király lánya. Több lánytestvére és két fiú testvére volt. Bátyja Géza 1074–1077 között uralkodott.

Lászlót mély hite és vallásossága felkészítette az élet iskolájára. 17 évesen jelentős szerepet játszott az országba betörő fekete kunok elleni harcban. Géza után került a trónra. Sok harcot vívott az ország szabadságáért és függetlenségéért. Kitűnt élete példájával. Győzelmeit Isten segítségének tulajdonította, ugyanakkor magát gyarló embernek tartotta. A magyar egyház szempontjából legjelentősebb tette volt, hogy 1083-ban VII. Gergely pápa engedélyével Gellért püspök, István király és fia Imre ereklyéit oltárra emelte, ezzel a népnek példaképeket adott. 1095-ben meg. A győri székesegyházban található a fej ereklyéje. Ünnepe június 27-én van.

Ma is kellenek példaképek. A gyermekek szeretnék elsősorban szüleikre, nevelőikre felnézni. Fontos, hogy szavaik mögött hiteles élet legyen, mert a szó elszáll, a tett megmarad. A nevelés növelést jelent szellemi, lelki és erkölcsi téren egyaránt. Ezek a mai fiatalok olyanok, amilyené formájuk őket. Felelősek vagyunk értük és hazánk jövőjéért.

Butsy Lajos plébános



Plébániahivatal

Fő utca 121.
Tel.: 06-99/355-107

Temetői nyitva tartás

- április 1-től szeptember 30-ig 6–21 óráig
- október 1-től március 31-ig 7–18 óráig



Nyári élmények a Fertő-tavon

Amikor Fertőrákosra költöztem a családommal, nagyon örültünk, hogy olyan helyen lakhatunk, ahova más nyaraláskor jut csak el.

Egész nyáron élvezhetjük a nyaralás, a vízpart, a napsütés örömeit. Szinte minden esténket a Fertő-tó strandján töltöttük, és feltűnt, hogy gyakorlatilag csak mi voltunk ott. Úgy beszéltük egymás között, hogy a háziorvosi praxis megvételével egy kisebb magán-tóhoz is hozzájutottunk- a Fertő-tóhoz. Kérdeztem az embereket, hogy miért nem használják ki közvetlen környezetük adottságait. A következőket válaszolták:

- Nem elég hogy drága a strandbelépő, de még a parkolásért is külön fizetni kell.
- Drágább a belépő, mint az osztrák strandokon.
- Sekély, iszapos, bűdös a víz, még úszni sem lehet benne.
- Undorodom az iszaptól, fúj.
- Szemetes, elhanyagolt, ócska a strand – és még sok hasonló kifogást találtak az emberek.

Szerencsére mi nem törődünk ezekkel a kifogásokkal, és fociztunk, tollasoztunk, úsztunk, játszottunk szinte minden este.

Így részesülhettünk abban a csodában, amit a lemenő nap fénye, az aranyhíd, a hátad mögött felkelő hold ezüstös fénye jelent, miközben a langyos, tükörsima Fertő-tó vizében úszol, vagy éppen csónakázol, vagy éppen dagonyázol a combközépig érő iszapban. Az iszapról megjegyzem, soha nem értettem, hogy miért gusztustalanabb, a fizioterápiás intézményekben hozzáférhető több ezerszer felhasznált iszappakolásnál, vagy Ritex-pakolásnál. Egyszer, okos háziorvosként, nehezen gyógyuló lábszársebbel merészkedtem be a tóba. Gondoltam, ha vérmérgezést kapok, legfeljebb nevetnek a betegek a hülye háziorvosukon. A sebem, két nap múlva begyógyult. Hogy hogyan segítette az iszap a gyógyulást, pontosan nem tudom. Tény az, hogy a Gangesz vize is sok esetben gyógyító, pedig igen koszosnak tűnik. Egyes tudósok, baktériumokat ölő vírusokra, ún. bakteriofágokra gondolnak. Más felfogás szerint, az iszap a Földanya gyógyító energiáját közvetíti számunkra. Egy alkalommal, kifelé jövet a tóból megszólított egy férfi a partról. Köszönt, nem fertőrákosi volt. A kórokozók miatt aggódván, megkérdezte: Mondja uram, nincsenek ebben a tóban, olyan szörnyek, olyan izék? Feleltem: Épp most jön ki egy önnel szemben, de egyébről nincs tudomásom. Valóban, gyakran saját bőrünkön éreztük a tó frissítő, gyógyító hatását. Főleg, az ízületi, és esetleg bőrbetegség esetében. Ezek természetesen, egy magánember tapasztalatai, az esetleges mellékhatásokról, kérdezzék meg háziorvosukat, vagy a vízminőséggel foglalkozó szakemberek véleményét. Remélem, ez a csodálatos, természeti környezet többet fog majd jelenteni, mint a halsütő, és a lángosütő bódék.

Dr. Bóna István
a „levitézlett” háziorvos

Tanácsok kánikula idejére

Általános tudnivalók

Kánikulai napokon a déli és kora délutáni órákat töltse otthon, viszonylag hűvösben, be-sötétített szobában. Nagy melegben zuhanyozzon langyos vagy hideg vízzel akár többször is. Alkalmazzon mentolos törülköndőt arcának, karjainak felfrissítésére. Lehetőleg éjjel szellőztessenek!

Az idősebbek ne a legmelegebb órákra időzítsék a piaci bevásárlást. Sose hagyjon gyermekeket, állatokat (például kutyát) zárt, szellőzés nélküli parkoló autóban. Ne hagyjon az autóban napsütésnek kitett helyen hajtógázzal működő sprayt és gázgyújtót, mert ezek tüzet okozhatnak.

Korlátozza a szabadlevegőn való tartózkodást a kora reggeli (6–10 óráig) és esti órákra (18–22 óráig). Árnyékos helyen próbáljon pihenni napközben! Ha túl sokáig tartózkodott szabadban, akkor próbáljon legalább 1–2 órát légkondicionált környezetben eltölteni, míg a szervezete lehül.

Csökkentse a fizikai munkavégzést! Ne ilyenkor végezze a nagytakarítást, ablakmosást, csak az esti órákban kezdje el a befűzést, azt is állandó szellőztetés mellett.





Öltözködési tanácsok

Könnyű, világos színű, bő szabású, pamut alapanyagú ruhát hordjon forró napokon! A nagy melegben felejtse el a szűk topokat, nadrágokat, szoknyákat. Idősek se viseljenek ilyenkor sötét színű, fekete ruhát, fejkendőt! Mezítláb cipőben járni kényelmes, de a láb gyorsan megizzadhat. Helyezzen a cipőbe frottírból készült talpbetétet!

Tanácsok kisgyermekes családok részére

Csecsemőket, kisgyermekeket árnyékban levegőztessen! A babák különösen sok folyadékot igényelnek a szoptatáson kívül is, mindig kínálja őket tiszta vízzel, vagy pici sót is tartalmazó, citromos teával a szoptatás után!

Sose hagyjon gyermeket zárt, szellőzés nélküli parkoló autóban, még árnyékban sem, mert pár perc alatt is 50–60°C-ra tud felmelegedni az autó belseje, és a benne lévők hősokkot kapnak.

Orvosi tanácsok

Testünk normális körülmények között izzadással hűl le, de nagyon nagy hőségben elveszítheti ezt a képességét. Ilyenkor gyorsan emelkedik a test hőmérséklete, ami hőségütést okozhat. Ez igen komoly állapot, károsíthatja az agyat és más szerveket, esetenként akár halálos kimenetelű is lehet.

A hőség tünetei a vörös, forró és száraz bőr, a szapora pulzus, lüktető fejfájás, szédülés, émelygés, zavartság vagy tudatvesztés. Ha valakinél a fentieket tapasztalja, hívja a mentőket. Addig is, míg megérkezik a segítség, fontos a beteg lehűtése. Vigyék árnyékba, permetezzenek rá hideg vizet, vagy mossák le hideg vízzel, esetleg hideg vizes kádba ültessék. Ha a levegő páratartalma nem túl magas, a beteget nedves lepedőbe is csavarhatják, miközben folyamatosan legyezzék.

A nap égető erejétől széles karimájú kalappal, napszemüveggel és napkrémmel védje magát! Fényvédő krémmel naponta többször is kenje be a bőrét.

Azok, akik szívgyógyszert szednek, a vízhajtás mellett is fogyasszanak elegendő mennyiségű folyadékot a forró napokon, azaz a szokásosnál egy literrel többet.

Étkezési tanácsok

Kánikulában az izzadsággal és párolgással leadott folyadékvesztés jelentősen megnő, emellett fokozott só-vesztés is jelentkezik. Ebben az esetben jelentős szerepet töltenek be a megfelelő ásványianyag-tartalommal rendelkező folyadékok.

Ne fogyasszon olyan innivalót, amely sok cukrot, koffeint vagy alkoholt tartalmaz – ezek fokozzák a szomjúságérzetet, még több folyadékot vonnak el a szervezettől!

Étrendje legyen pároláson alapuló, zöldségfélékben és gyümölcsökben gazdag (kerülje a „magyarosan” fűszeres nehéz húsételeket!). Fogyasszon főétkezésésként is salátaféléket.

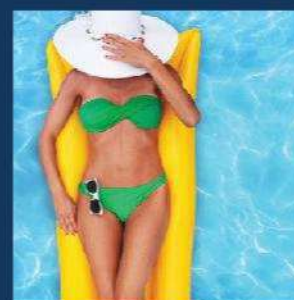
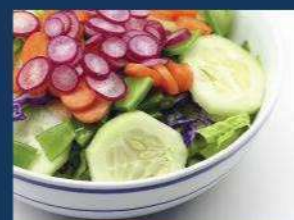
Utazási, közlekedési tanácsok

A fúvott gumibronccsal rendelkező járművek esetében a járművezetők a nyári időszakban gyakrabban ellenőrizzék járműveik kerekének a légnyomását.

A hosszabb útra indulók a gépkocsiban utazók részére vigyenek – ha lehet hűtő táskában – megfelelő mennyiségű folyadékot. Kánikulában a reflexek tompulnak, a vezetők még inkább türelmetlenebbek, indulatosak. A szeszital fogyasztása a nyári melegben a vezetési képességet még súlyosabban rontja. Ha hosszabb utat kell megtenni, érdemes két-három óránként, vagy szükség szerint pihenőt tervezni és tartani.

Tanácsok strandoláshoz

Ne fürödjön közvetlenül étkezés után, teli gyomorral! Szeszesital, vagy egyéb bódító hatású szer által befolyásolt állapotban tartózkodjon a fürdözéstől. Napozás után testét zuhanyozással, vagy más módon hűtse le, felhevült testtel soha nem menjen a vízbe. A szív és érrendszeri-, légző-, továbbá mozgásszervi betegségben szenvedők egyedül soha ne fürödjenek.



Orvosi Rendelő

Háziorvosi Rendelő
Fő u. 102.
Tel.: +36 99/355-024
Háziorvos: Dr. Barányi Erika

Rendelési idő:
hétfő: 9–12 óráig
kedd: 8–12 óráig
csüt., péntek: 8–12 óráig
szerda: 15–18 óráig

Gyógyszertár nyitva tartás:
hétfő, kedd, csütörtök,
péntek: 8–12 óráig
szerda: 15–18 óráig



Balesetmegelőzés

A nyári hónapokban általában megszorodnak a gyermekkori balesetek, pedig többségük megfelelő odafigyeléssel elkerülhető lenne. Felmérések igazolják, hogy a 14 éves kor előtt a balesetek mintegy kétharmada, serdülőkorban pedig harmaduk otthon történik. A gyermekek még nem képesek arra, hogy a veszélyeket helyesen mérjék fel. Nekünk felnőtteknek kell vigyázni rájuk, megelőzni a veszélyeket, illetve megtanítani őket azok elkerülésére. Néhány tanács, hogyan tehetjük otthonunkat biztonságosabbá:

Előszoba, lépcsőház

A lépcsőknél szereljük fel kapaszkodó- és védőkorlátot. Amíg kicsi a gyermek a lépcső aljához, és tetejéhez helyezünk gyermekzárral ellátott biztonsági kikaput.

Tanítsuk meg gyermekünket, ne lépjenek nedves köre!

Nappali

A magában álló könyvespolc, szekrény, televízió-állvány eldőlhethet, leszakadhat. A könyvek nagy súlya alatt is eldőlhethet a polc, célszerű ezt erősen a falhoz rögzíteni. Ne felejtsük el, a kis csibészek erőszerezettel másznak fel mindenhova. Soha ne hagyjunk gyertyát felügyelet nélkül! A fűtőtesteket, különösen a fatüzelésű kályhákat, kandallókat barikádozzuk el. Helyezzünk vakdugót a konnektorba. Nagy üvegfelületeknél ügyeljünk a láthatóságra, (függöny, matrica) nehogy neki rohanjon a kicsi. Nem mérgező szobanövényeket helyezünk el.

Forró vasaló közelében ne játsszon a gyermek. Célszerű ezt a munkát arra az időre hagyni, amikor a kicsi nincs a közelünkben. A vasalót mindig húzzuk ki, tegyük a gyermek számára elérhetetlen helyre, amíg forró.

Gyermekszoba, hálószoba

Gyermekünk felnőtt felügyelete nélkül itt tölti a leghosszabb időt. Amíg rácsos csecsemőágyat használunk, ügyeljünk az ágy állapotára. A nyugtalan, álmában sokat forgoló óvodások, kisiskolás heverőjére ágyrácsot, peremet szereljük!

A pelenkázó asztalon a csecsemőt ne (pár napon se!) hagyjuk egyedül. A gyermek játékaik biztonságosak, életkorúknak megfelelő legyen, 3–4 éves korig. A kicsik képesek mindent szétszerelni, fülbe, orra dugni! A nagyobb testvéreket tanítsuk meg arra, hogy mivel játszhat a kistesó. Távolítsuk el a nyolzacskókat, madzagokat. A gyógyszereket jól zárható helyen tároljuk.

Étkező

Az étel hőmérsékletét ellenőrizzük, mielőtt gyermekünknek adjuk. Tanítsuk meg gyermekünket arra, hogy az evéshez leülünk, ne futkozzon, az evésre figyeljen. Nem kell, hogy közben mesekönyvet nézzen, tévézzen! (félrenyelést elkerülhetjük így) Etetés után az előkét vegyük le (kötő fulladásveszélyt jelent). Piciknél nem célszerű asztalterítő használata, mert lehúzzák, rájuk esik ami rajta van. Az asztalsarkot puha anyagból készített biztonsági sarkvédővel lássuk el. Az állatok tájját zárjuk el. Ne dobjunk a kukába az éles, veszélyes anyagokat (pl. konzervdoboz), a gyerekek mindent kiszednek.

Konyha, kamra

Az etetőszékben a gyermeket ne hagyjuk felügyelet nélkül, biztonsági övvel kössük be. Tűzhely közelében ne játsszon a gyermek. Főzéshez lehetőleg a hátsó, fal felé eső lángot használjuk, a lábasok nyelét befelé fordítsuk. A sütőre szerelhető gyermekzár. Az éles kések tárolására szolgáló fiókot lássuk el gyermekzárral, vagy olyan helyre rakjuk, ahol a gyermek nem éri el. Körültekintően tároljuk a gyufát, tisztítószereket zárjuk el. Ne felejtsük, a gyermek mindent kipróbál, megkóstol. Soha ne tartsunk üdítő üvegben tisztítószert, permet szert. Figyeljünk az ételek helyes tárolására, szavatosságára.

Fürdőszoba

Fürdéskor végig maradjunk a gyermekkel, még rövid időre se hagyjuk el a fürdőszobát. A fürdővíz hőmérsékletét akkor ellenőrizzük, mielőtt gyermekünk beszállna kádba. Már a kicsi gyermeket tanítsuk meg arra, hogy először a hideg vizet nyitjuk ki, illetve a meleget zárjuk el. Fürdés után eresszük le a vizet a kádból. Soha ne szárítsunk haját a vízben.

Sert

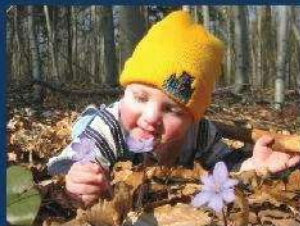
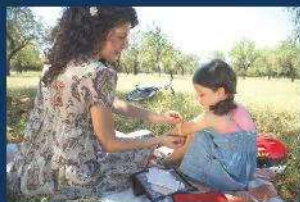
Mérgező növényeket, gombát távolítsuk el. Tavát, medencét kerítsük el. Az autókijátszánál győződjünk meg arról, nincs-e gyermekünk a közelben.

Közlekedés

Mutassunk példát gyermekeinknek, soha ne menjünk át a pirosan.

Boldog, balesetmentes nyarat kívánok!

Őr Mária védőnő



Albuch Bote

Wöchentliche Heimatzeitung

E 21859 C
Amtsblatt der Gemeinde
Steinheim am Albuch
mit Söhnstetten

Sornheim l. St.
Gnannenweiler
Küpfeldorf
Irmannsweiler
Neuselshalden
Dudelhof
Ziegelhütten
Bibersohl



Die alte Heimat im Herzen

Kroisbacher feiern an Himmelfahrt in der Albuchhalle beim Kirtog fröhliches Wiedersehen

»Wir werden heute scho' no a Trara mocha«, freute sich Franz Ringbauer, der Präsident des Kroisbacher Heimatkomitees, an Himmelfahrt beim Kirtog in der Albuchhalle. Dort gaben sich 200 Menschen zum Heimatfest ein Stelldichein.

Es war der 20. Kirtog in Steinheim. Die Original Philister Kapelle aus Söhnstetten spielte unter Thomas Stadtmüller bis in die Puppen und animierte selbst die ältesten Semester ein flottes Tanzbein zu schwingen. Frank Ringbauer freute sich über zahlreiche Gäste aus Kroisbach: An deren Spitze der örtliche katholische Pfarrer Lajos Butsy, der in der katholischen Heilig-Geist-Kirche zusammen mit einem afrikanischen Kollegen die Festmesse zelebrierte. Ein freudiges Wiedersehen gab es mit der Kantarin Elisabeth Kess sowie dem Gemeinderat und Stellvertretenden Vorsitzenden Robin Wild. Matthias Schuster vertrat die deutsche Selbstverwaltung aus Kroisbach.

Die Liebe zur alten Heimat tragen die Kroisbacher in ihrem Herzen, wo immer sie nach der Vertreibung heute leben. Jedes zweite Jahr finde der Kirtog daher in Kroisbach statt, sagte Ringbauer. Dankbar erinnerte er an die Steinheimer Geschäftsfrau Maria Tobler, die zusammen mit anderen viel für Kroisbach getan habe und vor Jahren noch zur Ehrenbürgerin ernannt worden sei. Große Anerkennung galt bei dem Fest an Himmelfahrt dem früheren Steinheimer Bürgermeister Dieter Eisele als Patenonkel.

Der Heimatverein der Kroisbacher wolle auch in Zukunft Bindeglied zwischen der alten und der neuen Heimat sein, bekräftigte der Redner. Nach der Vertreibung hätten die Eltern und Großeltern durch harte Arbeit sich eine neue Existenz aufgebaut. »Heute sind wir, die Jungen von damals, die gereifte Generation.

Wir haben allen Grund für das gemeinsam Erreichte dankbar zu sein.«

Bürgermeister Olaf Bernauer dankte seinem Vorgänger Dieter Eisele, dass er »immer ein offenes Ohr für die Kroisbacher« hatte. 67 Jahre nach der Vertreibung habe dieser Kirtog immer noch seine Berechtigung. Für Frieden und Freiheit hätten die Kroisbacher gewirkt und auch große Opfer gebracht: »Es liegt nun an uns, die Zukunft zu gestalten. Ein Teil der Geschichte von Kroisbach ist heute längst auch ein Teil der Geschichte Steinheims.«

Im tadellosen Deutsch überbrachte Robin Wild die Grüße aus der (alten) Heimat: »Wir sind dankbar für die Arbeit, die die Kroisbacher in ihrer neuen Heimat geleistet haben. So bald sich zwei Kroisbacher treffen, bin ich auch dabei.« Wild sprach damit an, wie sehr

sich doch die Teilnehmerzahl verändert hat: vor 20 Jahren füllten noch tausend Menschen die Albuchhalle, heute sind es noch 200. All der Verstorbenen war an diesem Kirtog mit großer Rührung gedacht worden.

Geehrt wurden: Gisela und Johann Binder, Ute und Andreas Haas, Käthe und Franz Miesauer, Klara und Franz, Resi, Josef, Franziska und Michael Ringbauer, Gerlinde und Josef Strauß, Cornelia und Ludwig Täubl, Hans Rac, Paul Eder, Hans Tobler und Maria Seidl, sowie Anna Ehrenreich, Frida Jezek und Anna Leitner.

Es wurde ein langer Abend, an dessen Ende, als die Kapelle schon eingepackt hatte, viele alte Lieder aus der unvergessenen Heimat gesungen wurden.

kdk



Mit dem Burschenbeigel-Tanz erreichte der Kirtog an Himmelfahrt in der Steinheimer Albuchhalle einen seiner Höhepunkte.



Groß war die Zahl der Jubilare, die beim Kroisbacher Heimattreffen in der Steinheimer Albuchhalle geehrt wurden.

Könyvtári rövid hírek

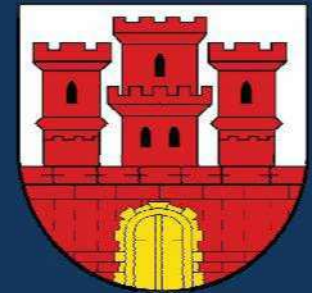
Ajándék kötetek – köszönet értük!

Kedves Könyvtárpártoló! Ezúton is szeretném megköszönni a könyvtárba eljuttatott, személyesen behozott ajándék köteteket. Többségük már a polcon várja leendő olvasóit. Továbbra is szívesen fogadom az ajándékköteteket. Külön felhívnom a figyelmet, hogy a gyerekek ne dobják ki a jó állapotban maradt tankönyveiket, ha végleg nincs rájuk szükség, hozzák be a könyvtárba!

Nyári nyitva tartás

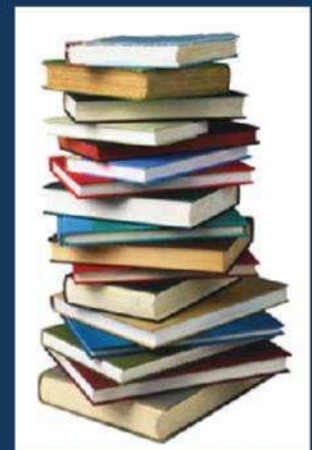
Szabadság miatt július –augusztus hónapban, a nyári szünet alatt keddenként 10-17 óra között tart nyitva a könyvtár.

Orbánné Kalmár Judit



Könyvtár

Fő u. 234.
Középső iskola,
földszint





Receptsarok

Mascarpone torta

Hozzávalók:

2 cs. Györi Zabfalatok
50 dkg Mascarpone
0,5 liter Hulala tejszínhab
1 tojás sárgája
10 dkg porcukor
1 vaníliás cukor
kis üveg dzsem (ízlés szerint cseresznye, meggy vagy eper)
10 dkg tea vaj
1 citrom reszelt héja



A kekszet klopfolóval apróra törjük, majd a felolvasztott vajjal összegyúrjuk. Csatos tortaforma aljába szorosan belenyomkodjuk, és kis ideig a fagyasztóba rakjuk. A tejszínhabot a porcukorral kemény habbá verjük, majd hozzáadjuk a tojássárgáját, majd a mascarpone-t, a dzsemet és a reszelt citromhéjat. A kész krémet rárakjuk a kekszre, és kis időre visszarakjuk a fagyasztóba (30–40 perc).

Citromkrémes babapiskóta (Nyami nyami)

Hozzávalók:

0,5 liter Hulala tejszínhab
1 nagy tejföl
1 citrom reszelt héja+leve
2 cs. babapiskóta
5 ek. Porcukor

A tejszínhabot a porcukorral kemény habbá verjük, majd hozzáadjuk a tejfölt és a citromot. Üvegtálba rétegezzük: egy sor babapiskóta, majd rá a krém, újra babapiskóta, majd újra rá a krém, ... stb. Hűtőbe tesszük, 3–4 óra alatt a babapiskóta megpuhul, és lehet fogyasztani.

Vécsei Krisztina receptjei

KOVÁCS KOC SMA

Fertőrákos, Fő u. 98.

Tel.: +36 99/355-217

www.kovacskocsma.hu

Ki szeretné szellőztetni a fejét?

De nem leli a helyét?!

*Hol az a hely, ahol
egészségeset ihat s ehet?*

Az csak a Kovács Kocsma lehet!

Nyitva tartás: H, Sze–V: 11–21 h; K: szünnap

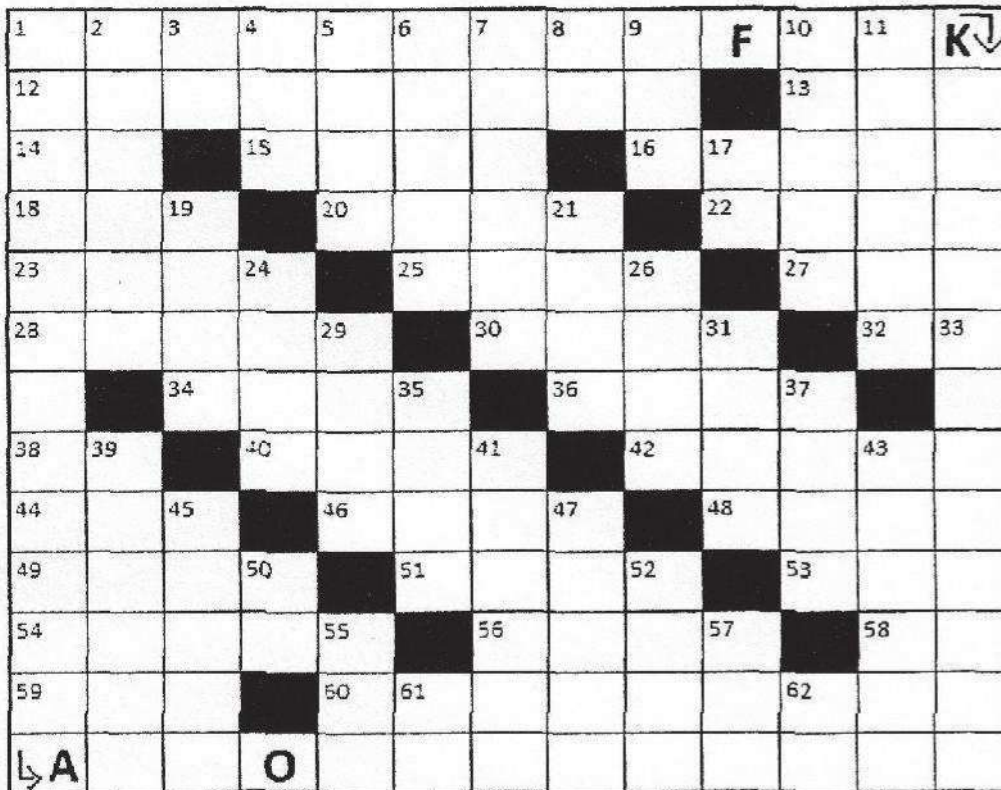


Keresztrejtvény

Testvértelépülésünk Csikkarcfalva „Székaszó” című újságjából átvett keresztrejtvény:



ÉRDEKES MEGÁLLAPÍTÁS



A fősorokban Székely Bertalan gondolata olvasható.

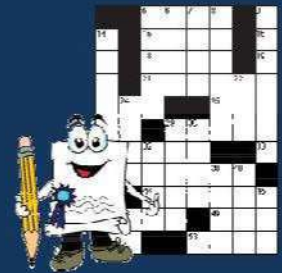
VÍZSZINTES:

1. A gondolat első része. 12. E-vitamin. 13. A tetejére. 14. Teremfalak! 15. Színültig. 16. Reding...; kártyafigura. 18. Vörös (ném.). 20. Svájci kanton. 22. Júda fia. 23. A Saône latin neve. 25. Kamasz fiú. 27. Becézett Etelka. 28. Ilyen szék is van. 30. Iráni eredetű, lovas nomád nép. 32. Kakaószemek! 34. Éva párja. 36. Kazah tó. 38. Szigetlakó nép. 40. A katód párja. 42. Sepsiszentgyörgyi focicsapat volt. 44. ...crucis, a gyötrellem útja. 46. Vörösmarty eposza. 48. Germán mitológiai alak. 49. Angol területmérték. 51. ...Tasman; Új-Zéland felfedezője. 53. Becézett Erika. 54. Helység Kiskunhalas közelében. 56. Grúz férfinév. 58. Határrag. 59. ...Hafun; szomáli fok. 60. Lagerkvist regénye.

FÜGGŐLEGES:

1. Vonzó, tetszést keltő. 2. Magyar

fociedző (Imre). 3. Kissé likas! 4. Angol tagadás. 5. ...pilsen; török sörmárka. 6. Magyar operaénekes (György). 7. Olasz kisváros a francia határ közelében. 8. Ugyanott (röv.). 9. Római 551. 10. Angol Irén. 11. ...refero; Elmondom amit halottam. 17. Békeparadicsom. 19. Scarlett O'Hara birtoka. 21. ...voltam (Petőfi Sándor). 24. Kerkradei focicsapat. 26. Ilyen rendelet az ukáz. 29. Mens... in corpore sano; Ép testben, ép lélek. 31. Az Amerikai Egyesült Államok ürkutatási hivatala. 33. Hozzátapad. 35. A kincskereső kisködmön írója (Ferenc). 37. ...Lupino; filmrendező. 39. Nagy lárma. 41. Madarász Viktor festménye. 43. ...Tolo; olasz színésznő. 45. Kéznel levő hossz mérték. 47. A Jupiter egyik holdja. 49. A gondolat befejező része. 50. Bemenet! 52. Francia költőnő (Louise). 55. Angolna (ném.). 57. Verscsengő. 61. Masnidarab! 62. Félholt!



Posta

Nyitva tartás:
hétfőtől péntekig
7.40–15.40 óráig
Ebédidő: 12–12.30 óráig

Lövő és Vidéke Takarék- szövetkezet

Fő utca 110.
Tel.: +36 99/530-015
Fax: +36 99/530-016

Honlap linkek

www.fertorakos.hu
www.nemetegyesulet-fertorakos.hu
www.tuzoltok-fertorakos.hu

Szerkesztők:

Baltigh Márta
Novák Jánosné
Orbánné Kalmár Judit
Pácser Attila
E-mail: info@atiweb.hu
Telefon: 06 20 393 1919